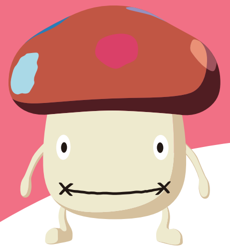
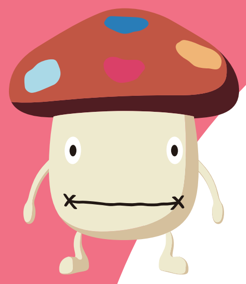
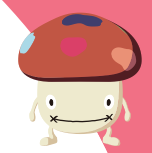
手のひらに、明日をのせて。

NTT docomo

感謝をこめて。 20th



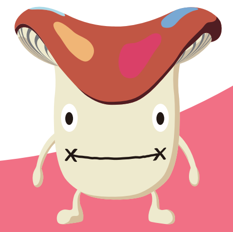



家族みんなで災害対策

災害対策ガイドブック

2012

もしもの時にあせらず行動できるように
家族みんなで確認しよう！



『災害対策ガイドブック2012』は、
ドコモのホームページで
ダウンロード（PDFファイル）できます。
PC・スマートフォン・タブレットでご利用ください。

http://www.nttdocomo.co.jp/hokkaido/saitaiguide2012/

※通信料がかかります。※ダウンロードでは通信料が高額となるため、「パケ・ホーダイ フラット」などのパケット定額サービスのご加入を強くおすすめいたします。※機種によっては、ダウンロードできない場合がございます。※機種によっては、PDFファイルを閲覧できない場合がございます。

総合お問い合わせ〈ドコモ インフォメーションセンター〉

各種ご注文、紛失による利用中断・再開なども受付しております。

※番号をよくお確かめの上、おかけください。

●ドコモの携帯電話からの場合

（局番なし）**151**（無料）

受付時間 午前9:00～午後8:00（年中無休）
※一般電話などからはご利用になれません。

●一般電話などからの場合

0120-800-000

受付時間 午前9:00～午後8:00（年中無休）
※一部のIP電話からは接続できない場合があります。

ドコモのホームページ

ドコモのニュース、工事、製品、サービスなどの情報をご覧になれます。

●iモードから iMenu▶お知らせ パケット通信料無料 ※海外からのアクセスの場合は有料となります。

●パソコン・ドコモ スマートフォンなどから http://www.nttdocomo.co.jp/

※販売価格については、ドコモショップなど販売店におたずねください。※表記の金額は税込みです。
○本冊子の商品写真に関しては、実物と若干異なる場合がございます。○本冊子の写真、画像、イラストに関しては、イメージです。○本冊子掲載のサービス内容、商品の仕様・性能および料金・お申込み方法などは、予告なしに変更する場合がございます。○本冊子掲載の電話番号およびアクセスフロー、URLなどは、予告なしに変更する場合がございます。○各種設定、操作時のパケット通信料がかかる場合がございます。○コンテンツによっては、画像データの閲覧など通信料が高額になる場合がありますので、「パケ・ホーダイ フラット」などのパケット定額サービスへのご加入を強くおすすめします。○本冊子記載サービス対応機種などについては、「ドコモのホームページ」等でご確認ください。○本冊子には、サービスごとの消費税込みの総額を表示しておりますが、複数サービスをご利用などの場合、お手元で計算された額と実際の請求額が異なる場合がございます。○本冊子掲載の商品などについては、地域・店舗によって取り扱っていない場合がございます。○掲載されている会社名、商品名は、各社の商標または登録商標です。○本冊子から許可なく転記、複写することを固く禁じます。※「Wi-Fi」は、Wi-Fi Allianceの登録商標です。※「Twitter」はTwitter,Inc.の商標です。※「mixi」は株式会社ミクシィの商標です。※「Evernote」は米国Evernote Corporationの米国およびその他の国における登録商標または商標です。

本冊子の内容は2012年2月現在のものです 2012.03

株式会社NTTドコモ

＊S1020003＊

ツールコード：S12001AD

マナーもいっしょに携帯しましょう。 VEGETABLE OIL INK つたわるフォントを使用しています

毎月1日・15日

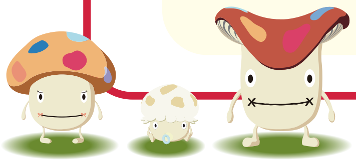
「もしもに」備える家族 会議をしよう

家族会議って どうしてやるの？

災害はいつ起きるかわかりません。家族のあんしんを守るため、家族会議で備えましょう！

おたくの備えは万全ですか？

- 身の安全確保をどうする？
- 情報はどうやって知る？
- 非常持ち出し品の準備は OK？
- 家族との連絡は？
- 避難はどこに？どうやって？
- 被災！それからどうする？

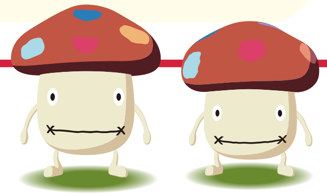


家族会議って いつやるの？

毎月1日と15日は、災害時に役立つサービスの体験の日です。この日に合わせて会議を開きましょう!

体験できます！

- 災害用伝言板
- 災害用伝言ダイヤル171
- 災害用音声お届けサービス NEW



災害対策ガイドブック STEP 1 STEP 2 で、しっかり備えましょう。

STEP 1 家族会議でやるべきこと

確認しておきたい事柄をまとめた「あんしんポケットメモ」の使い方、災害時の行動や家庭に備えておくべき物などを紹介します。

ドコモのお店でもらえます

●STEP 1　執筆・監修　災害危機管理アドバイザー　**和田 隆昌**

「防災士」資格を持ち、災害や危機管理問題に積極的に取り組んでいます。長年のアウトドア活動から、サバイバル術も得意。主な著書に「大地震 死ぬ場所・生きる場所」（ゴマブックス）、「地震・津波の新常識」（ブティック社）があり、講演会ほかTVなどマスコミ出演多数。

「東日本大震災という大災害を受けて、日本人の防災意識は大きく変わりました。ただ災害対策に100%はありません。ご自身とご家族の災害リスクを少しでも下げるために、この冊子がお役にたてることを願います。」

STEP 2 ケータイで災害対策

いつも身近にあるケータイを活用して、災害に備える方法や、災害時の安否確認や情報収集の方法などを紹介します。

●STEP 2　執筆・監修　武蔵野学院大学　准教授　**木暮 祐一**

武蔵野学院大学国際コミュニケーション学部准教授。携帯電話研究家、移動体通信ジャーナリストとしても活躍。ユーザー視点からのケータイ関連記事の執筆や、番組でのコメント、解説などをこなしている。

「災害時には、携帯電話の機能を最大限に活用することによって、安否確認や情報収集に役立てることができます。そのために、日ごろから使い慣れておくことが最も重要です。」

家族みんなでチェックしていきましょう。 →

❶ あんしんポケットメモの活用

家族で話し合い、それぞれ記入して使おう

家族みんなで災害時の行動を確認し、まずは記入例を参考に家族との連絡方法や避難場所などを**あんしんポケットメモ**に書き込みます。
連絡先（電話番号など）が変わった時は、みんなに知らせて、常に最新の情報にしておきましょう。

家族との連絡方法

優先順位をつけて、電話やメール以外にも複数の方法を決めておきましょう。

身近な避難場所

会社で仕事中ならあそこ、商店街にいる時ならあそこ…と、よくいる場所の近くの避難場所と安全なルートを確認しておきましょう。

いざというとき、必要になる連絡先

落ち着いたところで、いろいろと連絡しなければならないことがでてきます。必要になる連絡先を確認しておきましょう。

〈 記 入 例 〉

家族との連絡方法

❶ 災害用伝言板を利用する

❷ 災害用音声お届けサービスを利用する

❸ TwitterなどのSNSを利用する

身近な避難場所

避難場所❶	
場 所	ドコモ公園
ルート（どの道を通るか）	キノコ山方面

避難場所❷	
場 所	ドコモ公民館
ルート（どの道を通るか）	キノコ橋

避難所	
場 所	ドコモ小学校
ルート（どの道を通るか）	キノコ通り

家族の集合場所

❶ 自宅

❷ ドコモ公園

❸ おじさんの家

非常持出品の置き場所

玄関の収納棚の中

私のDATA

氏 名(しめい)	ドコモ ダケオ
住 所(じゅうしょ)	☆☆県☆☆市 ☆☆☆1丁目2-3
生年月日(せいねんがっぴ)	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日
職場・学校(しょくば・がっこう)	ドコモ小学校
血液型(けつえきがた)	☆型

いざというとき、必要になる連絡先

施設名(しせつめい)	連絡先(れんらくさき)	施設名(しせつめい)	連絡先(れんらくさき)
ドコモ警察署	000-000-0000	ドコモ会社（父）	000-000-0000
ドコモ消防署	000-000-0000	ドコモ工場（母）	000-000-0000
ドコモ電力	000-000-0000	ドコモ小学校	000-000-0000
ドコモガス	000-000-0000	ドコモ中学校	000-000-0000
ドコモ地区水道局	000-000-0000	ドコモ病院	000-000-0000
ドコモインフォメーションセンター	ケータイから151 一般 0120-800-000		

家族のDATA

続柄(つづきがら)	氏名(しめい)	生年月日(せいねんがっぴ)	血液型(けつえきがた)	連絡先(れんらくさき)
父	ドコモ タロウ	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日	☆型	000-0000-0000
祖父	ドコモ タケゾウ	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日	☆型	000-0000-0000
母	ドコモ ハナコ	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日	☆型	000-0000-0000
祖母	ドコモ タケ	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日	☆型	000-0000-0000
姉	ドコモ タケコ	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日	☆型	000-0000-0000
おじ	ドコモ ジロウ	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日	☆型	000-0000-0000

家族の集合場所

いろいろな災害、発生時間などを想定し、優先順位をつけて、3箇所を決めておきましょう。

非常持出品の置き場所

いつでも持ち出せるように、家族で決めておきましょう。

私のDATA

万が一の時の身元情報です。忘れずに記入しておきましょう。

家族のDATA

生年月日や血液型は災害でケガをした時などに役立ちます。忘れずに記入しておきましょう。

次ページから災害時のシミュレーションをしよう

グラッ。大地震が起きた！
まずは、身の安全を確保しよう

□ 台所で調理中だったら？

➡余裕があったら火を消す。でもまずは危険な台所から避難する。

台所は割れ物や刃物など危険がいっぱい。重量のある家具や電気器具も多いので、すぐにその場を離れましょう。

□ 学校で揺れを感じたら？

➡机の下にもぐる。廊下や体育館では頭上に注意しながら(落下物の少ない)壁際にすぐ移動する。

机の下にもぐって落下物などから身を守ります。あわてて飛び出さないことが大切。廊下や体育館では頭上に注意しながら、落下物の少ない壁際にすぐ移動しましょう。

□ 職場で揺れを感じたら？

➡重量のあるロッカーやOA機器などから離れ、頑丈なデスクの下に逃げ込む。

重量のあるロッカー、OA機器が倒れてくると危険です。デスクの下にもぐって身を守りましょう。窓ガラスが割れることがあるので、窓際から離れましょう。

□ 街中で揺れを感じたら？

➡頭上に注意！場所によっては建物の中に逃げ込む。

頭上からの落下物に注意し、ブロック塀や自動販売機など、倒れてくる危険のある物からは離れましょう。

□ 車を運転中だったら？

➡まずハザードランプを点けてゆっくり減速し、左に寄せて停止する。

前後左右の車に気をつけながらゆっくり減速。左に寄せて車を停止させ、車内ラジオなどで情報を得ましょう。車を離れる場合は必ずキーをつけて移動しましょう。

□ 海岸沿いで揺れを感じたら？

➡高台へ避難し、海沿いにはすぐに戻らない。

できるだけ車を使わず、すぐに高台に避難。防災無線やラジオなどから情報を得つつ、より安全な避難場所へと移動。津波警報が解除されるまでは決して海岸近くには戻らないようにしましょう。

□ 山・川沿いで揺れを感じたら？

➡傾斜地や川からはすぐに離れる。

傾斜地では岩が崩れてきたり、土石流などの発生の可能性があります。河川では山からの土石流、河口近くでは海水の遡上(逆流)もあるため、安全な場所へと移動しましょう。

> 知っておこう!
> **便利なケータイ！①**
> **万が一の時に、非常ベルやホイッスルの代わりにしましょう。**
> もしも閉じ込められてしまったり動けなくなったときに、携帯電話は助けを求めるサインになります。アラーム機能や音を出す機能を確かめておきましょう。

ほっ。揺れがおさまった！
家族と周囲の状況を確認しよう

□ 家族との連絡方法は？

➡災害用伝言板や災害用音声お届けサービスなどを利用し、安否や居場所を確認しあう。

大きな地震が起きると、携帯電話はつながりにくくなることがあります。その場合は災害用伝言板や災害用音声お届けサービスなどを利用して安否を確認しましょう。▶STEP 2 ケータイで災害対策③④参照

□ 自宅で被災した場合は？

➡目に付くところに居場所を書いたメモを置いておく。

後から自宅に戻った家族が居場所を確認できるようにしましょう。揺れが収まって、津波など緊急の危険がない場所なら、近所に救援の必要な人がいないか、火災の危険がないかを確認しましょう。

□ 出先（勤め先）で被災した場合は？

➡急を要するとき以外は無理に徒歩で帰らないようにする。

電車など交通機関が止まっている場合は、携帯電話のワンセグ放送やラジオで正確な災害情報を得るようにしましょう。▶STEP 2 ケータイで災害対策⑧参照

□ 学校で被災した場合は？

➡管理者である教師などの指示に従う。

校庭など広いスペースもあり、他よりも比較的安全な場所と思ってかまいません。保護者も無理に車で迎えに行くなどによって渋滞の原因を作らないようにしましょう。

□ スーパー・デパートで被災した場合は？

➡出口に殺到せず、係員の指示に従う。

あわてて外へ出ようとせず、係員の指示に従って冷静に行動しましょう。

□ 鉄道・新幹線・地下鉄・バスで被災した場合は？

➡停車後に乗務員の指示に従う。

線路に勝手に降りることは大変危険です。停車後は乗務員の指示に従って行動しましょう。

□ 別々の場所で被災した家族と会うには？

➡あらかじめ家族で決めた集合場所へ行く。避難所の場合は、伝言板も利用する。

家族で決めた集合場所などは、あんしんポケットメモや携帯電話にメモしておきましょう。▶STEP 2 ケータイで災害対策①参照

> 知っておこう!
> **便利なケータイ！②**
> **停電で真っ暗な時、ケータイを懐中電灯の代わりにしましょう。**
> 携帯電話のカメラについているライトを使えば、停電時に足元を照らすライトとして使うことができます。暗闇の中では意外に明るく、安全な避難ができます。

火災は？津波の警報・注意報は？

正しい情報を集めよう

□ デマに惑わされず正確な情報を入手するには？

➡テレビやラジオなど、公共の情報源を信用する。

身近な防災無線、広報車などが地域の状況を最も正確に把握しています。口づての情報を信用しすぎず、少しでも危険を感じたら、自ら率先して避難行動を始めることが重要です。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑧ 参照

□ 避難するべきか迷ったら？

➡防災無線や広報車の情報に注意し、指示に従う。正式な避難解除が出るまで、自宅には絶対戻らない。

海岸沿いで揺れを感じたり、津波の襲来を伝える防災無線や広報車の避難勧告を耳にしたら、とにかく高台へとすぐに避難しましょう。自己判断のみで家に戻ったりしないようにしましょう。

□ 停電や外出時に情報を入手するには？

➡ラジオやワンセグ放送、SNS、インターネットで正しい情報を入手する。

大きな地震が発生すると、停電も起きる可能性が高くなります。最近のスマートフォンではアプリを利用すればラジオも聞けるようになります。携帯電話のインターネット機能を使った「Twitter」なども活用しましょう。不正確な情報も同時に流れていますので、政府や自治体の公式アカウントを家族で登録して情報収集しましょう。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑥⑦⑧⑩ 参照

□ 地域の情報を入手するには？

➡災害対策本部と避難所の伝言板を利用する。

地域に設立される避難所を事前に家族で確認しておきましょう。自治体の災害対策本部からは被災状況や給水、支援物資などの情報が各避難所に伝えられます。最寄りに設立された避難所では情報収集担当者が自治体からの直近の情報を貼り出しています。

津波警報をドコモのケータイで受信できます。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑤ 参照

知っておこう! 便利なケータイ！③

複数の充電方法を確保しておきましょう。

停電時に携帯電話の電源を確保するために、ACアダプタ以外の充電機器を用意しておくと安心です。ドコモでは車載用の「DCアダプタ」や繰り返し充電、使用できる「補助充電アダプタ」、「ecoソーラーパネル」をオプションで用意しています。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑨参照

安全なルートはどれ？

避難行動を始めよう

□ 自宅から避難を始めるタイミングは？

➡声がけをしてから避難場所へと移動する。

海岸近くなどで地震を感じた場合には、自らの判断で自宅に危機が迫っていると思うならば、率先して避難場所に移動しましょう。この時、隣近所に逃げ遅れている人がいないか確認し、声がけを忘れずにしましょう。

□ 自宅を離れる前にしなければならないことは？

➡ガスの元栓を閉め、ブレーカーを落としてから出かける。

ガス漏れや漏電による火災など、地震後には多くの火災が発生します。また家族が全員いない場合には、玄関付近に移動場所のメモを残しておきましょう。

□ 避難するときの正しい交通手段は？

➡車を使わずに徒歩での避難を心がける。

災害時に車での避難は、渋滞を生み出し、緊急車両の通行を妨げる原因になるのでできるだけ避けましょう。止むを得ない場合(高齢の方の移動、病人・けが人の移動など)を除き、徒歩で避難しましょう。

□ あなたの避難場所は？

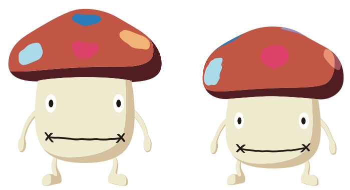
➡一時避難場所・広域避難場所・避難所を確認する。ブロック塀や自動販売機など、危険がないか確認しておく。

事前に地域の避難場所を確認し、最寄りの一時避難場所、または、より広い広域避難場所まで家族で実際に歩いてみましょう。その時にルート上に危険がないかも確認しましょう。

□ 避難するルートの選び方は？

➡避難するルートの安全を確認する。別のルートで避難場所に向かう方法も検討しておく。

自宅から避難するルートは複数知っておくほか、避難場所も複数確認しておいたほうが安心です。各自治体では避難経路・避難場所などが記入されているハザードマップなどを用意しています。家族で避難経路を確認しながら歩いてみましょう。



知っておこう! 便利なケータイ！④

知らない町で迷った時には、GPS機能で位置を確認しましょう。

最近の携帯電話にはGPS機能がついていて、地図などで自分の位置を確認できるようになっています。ナビなどを使えば最寄りの避難場所などを探すことも可能です。

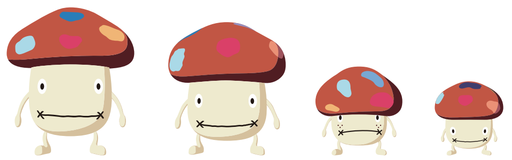
非常持ち出し袋にいれておくもの
（一次持ち出し品）

避難する際に、まず最初に持ち出すものです。
※重量10kg以下（背負って走れる程度に抑えること）

- ☐ **通帳、免許証、健康保険証、証書類**
- ☐ **印鑑**（通帳とは別々に保管）
- ☐ **家の合鍵、車の鍵**
- ☐ **現金**（小銭も含めて）
- ☐ **ペットボトルの水**
（500mℓX2本）
- ☐ **非常食**
（すぐ食べられるもの）
- ☐ **懐中電灯、電池**
- ☐ **ラジオ**
（手巻き充電式が、おすすめ）
- ☐ **マスク**
- ☐ **衛生用品**
（眼鏡・コンタクトレンズなど）
- ☐ **生活用品**
（洗顔セット、タオル大・小など）
- ☐ **医療品**
（常備薬・消毒液・ばんそうこうなど）
- ☐ **使い捨てカイロ**
- ☐ **筆記用具**（油性ペン、ノート）
- ☐ **サバイバルシート**
（アウトドア用）
- ☐ **防寒着、雨カッパ**
- ☐ **アイマスク、耳栓**
- ☐ **お薬手帳**
- ☐ **ケータイの充電器**

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑨ 参照

非常持出品をチェック！



二次避難用品・備蓄品

避難場所から一時的に自宅に戻れた場合に避難所などで使用する、または自宅で過ごすための備蓄品をまとめておくものです。

- ☐ **水**
（2ℓX2本×家族の人数／1日）
※最低3日分
- ☐ **食料**
（レトルト食品や缶詰など）
※最低3日分
- ☐ **食器**（プラスチック）
- ☐ **ラップ、アルミホイル**
- ☐ **ナイフ、缶切り、栓抜き**
- ☐ **カセットコンロ、カセットボンベ**
- ☐ **梱包用ひも、風呂敷**
- ☐ **ろうそく、マッチ、ライター**
- ☐ **はさみ、カッター**
- ☐ **布製ガムテープ**
- ☐ **着替え**
- ☐ **洗面・風呂セット**
- ☐ **段ボール箱**（5、6箱）
- ☐ **大きめのレジ袋・ゴミ袋**（45ℓ）
- ☐ **新聞紙**
- ☐ **トイレットペーパー**
- ☐ **台車、カート**
（飲料水などの運搬用）

STEP 1 家族会議でやるべきこと ③ 家庭での備え

寝室の安全チェック

就寝時に地震が発生するとすぐに対応できません。寝室さえ安全にしていれば被災リスクは大きく下がります。

- □ 寝室にある家具は固定されていますか？
- □ 布団の位置は安全ですか？
- □ 寝室に避難用のすぐはける運動靴は用意していますか？
- □ 停電時に備え、枕元に懐中電灯、または保安灯（停電時に点く）を用意していますか？

台所・食堂の安全チェック

台所は重量のある家具、刃物、われ物などの他、火もあるので危険な場所です。

- □ 台所の家具を固定し、重いものを下にしまっていますか？
- □ 台所に簡易消火器を用意していますか？
- □ 食堂のテーブルの下に避難することが可能ですか？

風呂・トイレの安全チェック

風呂やトイレは比較的安全な場所ですが、無防備な状態で避難が遅れる可能性があります。また地震後ドアがゆがむと閉じ込められる可能性があります。

- □ 風呂の脱衣所にすぐに着られるガウンなどが用意されていますか？
- □ 風呂場にガラス製品などわれ物がありませんか？
- □ トイレで揺れを感じたらすぐにドアを開けるよう家族に徹底していますか？

家の中の安全対策を！

リビングの安全チェック

リビングは置物などガラス製品が多く、落下しないような対策が必要です。

- □ リビングにあるガラス製品は地震対策がされていますか？
- □ テレビや本棚など重量のある家具は固定されていますか？
- □ 机の下など安全な場所は確保されていますか？

廊下・玄関の安全チェック

廊下・玄関も安全な場所ですが、飾りのガラス製品などが倒れたりすると避難の妨げになります。

- □ 廊下に避難を妨げるような荷物が置いてありませんか？
- □ ガラス製品などの飾りに対して地震対策がされていますか？
- □ 玄関付近のわかりやすい場所に非常用持ち出し袋が用意されていますか？

家屋の安全チェック

築30年以上の建築物は耐震診断と耐震補強工事が必要です。

- □ 自宅の耐震診断はすんでいますか？十分な地震対策は行われていますか？

STEP 2 いつも身近にあるケータイで、もしもの時に備えましょう。

STEP 2 ケータイで災害対策

① 電話帳・メモ帳機能を活用しよう

電話帳には電話番号やメールアドレス以外にも、さまざまな情報が登録できます。治療が必要になった場合などに役立つ生年月日や血液型なども登録しておきましょう。

電話帳機能で備えること

生年月日などの詳細な情報も登録しよう

緊急時には親戚など身近な人への伝言を頼まれる場合もあります。家族はもちろん、親戚や友人の情報もできるだけ詳しく登録しておきましょう。

登録すべき家族・親戚のデータ

※画面はイメージです。

- □ フルネーム
- □ 電話番号
- □ メールアドレス
- □ 住所
- □ 生年月日
- □ 血液型
- □ 家族・親戚のアドレスをグループ化しておく

グループ化しておくことで、メールの一斉送信が可能です。

※上記項目の登録欄がない場合はメモ帳機能に登録しましょう。

スマートフォンの場合

電話帳の編集項目［その他］を見てみよう！

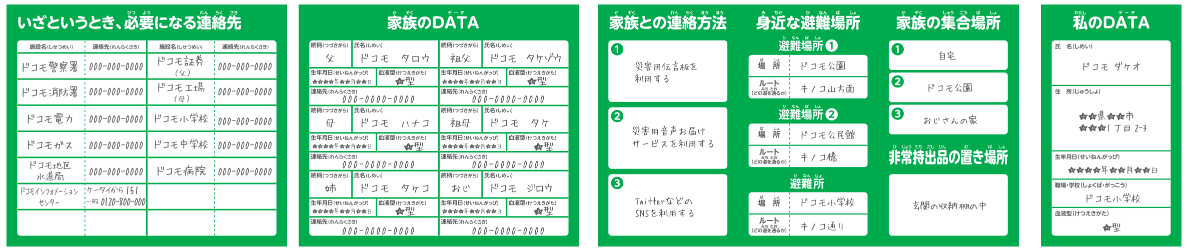
「その他」の項目の中にメモ欄などがあります。

※操作・登録方法は機種により異なります。詳しくは取扱説明書もしくは「ドコモのホームページ」でご確認ください。

役立つ活用法

あんしんポケットメモの情報も登録しよう

いざというときの連絡先や、避難場所など家族で決めた事柄、自分の情報などを、携帯電話にも登録しておきましょう。

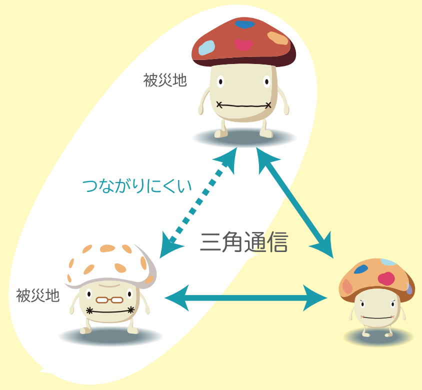


電話帳へ登録　メモ帳へ登録　プロフィールへ登録

メモ帳機能、メモ帳アプリなどを活用して、家族構成や職業など、より詳しい情報を登録しておくこともおすすめです。

木暮さんからワンポイント

グループ分け機能を使って、家族や親戚など緊急時に連絡を取るべき人をまとめておくと便利です。連絡先の登録はもちろんですが、家族友人と連絡手段の優先順位を決めておくことも、もしもの場合に混乱を回避するためには重要なことです。**被災地どうしで連絡が取れない場合、遠方に住む身近な人を中継者にして連絡を取り合う「三角通信」という手段もあります。**この中継者を決めておくことも大切です。



STEP 2 ケータイで災害対策

❷カメラ機能を活用しよう

カメラで撮影したものは、保存することができます。保存した写真は、活用しやすいようにフォルダを分けておくこともできます。（一部機種を除く） ファイル名が変更できる機種ではわかりやすい名前に変更しておくと便利です。

カメラ機能で備えること

運転免許証や保険証を撮影しよう

運転免許証などの身分がわかるものや、ハザードマップなどの避難時に必要なものなどを写真データで保存しておけば、災害時に役立ちます。避難生活が長引くと服用している薬の情報が必要になりますが、薬局で渡される説明書を撮影しておけば安心です。

撮影しておきたいもの

画像をフォルダに分ける際、**「①身分がわかるもの」「②避難時に必要なもの」「③手続きなどに必要なもの」**とさらに分けておくと便利です。

①身分がわかるもの

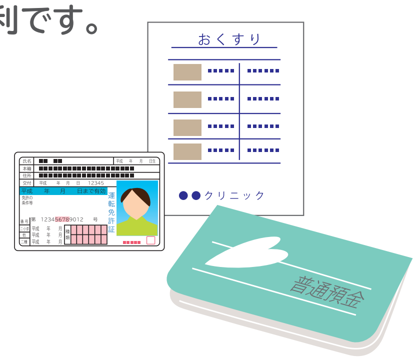
☐ 運転免許証　☐ 保険証

②避難時に必要なもの

☐ ハザードマップ　☐ 薬の情報

③手続きなどに必要なもの

☐ 通帳　☐ パスポート　☐ 年金手帳　☐ 車検証



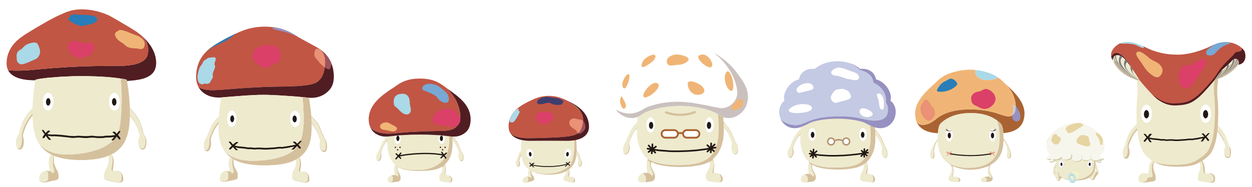
NEW **docomo HEALTHCARE**

お申込み必要　¥無料　iモードケータイ対応　スマートフォン対応

サイト内で健康状態を管理・チェックし、「記録▶からだチェック▶情報収集▶予防」までをカンタン、ワンストップで行える、一人ひとりに合った健康管理・病気予防サービスです。

※詳しくは、「ドコモのホームページ」でご確認ください。

- 薬や病院など無料の情報検索で「いざ」というとき、あなたをサポート！
- カラダデータを記録 あなただけのマイカルテができる！
- カンタンな設問で いつでも健康チェック！



役立つ活用法

あんしんポケットメモを撮影しよう

家族で決めた避難場所、集合場所などのメモも、家族それぞれが撮影しておけば便利です。ぜひ〈あんしんポケットメモ〉をご活用ください。

家族との連絡方法

1. 災害用伝言板を利用する
2. 災害用音声お届けサービスを利用する
3. Twitterなどの SNSを利用する

身近な避難場所

避難場所❶

場所	ドコモ公園
ルート（どの道を通るか）	キノコ山方面

避難場所❷

場所	ドコモ公民館
ルート（どの道を通るか）	キノコ橋

避難所

場所	ドコモ小学校
ルート（どの道を通るか）	キノコ通り

家族の集合場所

1. 自宅
2. ドコモ公園
3. おじさんの家

非常持出品の置き場所

玄関の収納棚の中

私のDATA

氏名(しめい)	ドコモ ダケオ
住所(じゅうしょ)	☆☆県☆☆市 ☆☆☆1丁目2-3
生年月日(せいねんがっぴ)	☆☆☆☆年☆☆月☆☆日
職場・学校(しょくば・がっこう)	ドコモ小学校
血液型(けつえきがた)	☆型

項目ごとに撮影しておくと、もしもの時に探しやすくなります。

木暮さんからワンポイント

スマートフォンなら、アプリを利用して、撮影データなど重要な情報をあらかじめPCと連携させて保存しておくことができます。クラウドにデータが保存されるので、万が一スマートフォンを紛失しても、IDとパスワードがあれば別の端末からアクセスできるので安心です。

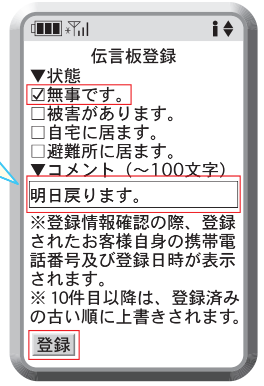
❸ 災害用伝言板を利用しよう

災害用伝言板でできること

「安否の登録・確認」

震度6弱以上の地震などの大規模な災害が発生した場合にｉモードケータイ・スマートフォンで安否情報の登録や確認ができます。

最大100文字までのコメントが登録できます。



- メッセージ登録件数は、1携帯電話番号あたり10件です。
  ※10件を超えるメッセージは古いものから順次上書きされます。
- 安否確認したい人の携帯電話番号を入力すると登録されている状況とコメントを確認することができます。
- 他社のケータイ・PHSから登録された安否情報の確認もできます。

「スマートフォン向け災害用伝言板音声ガイダンス」

音声を使って災害用伝言板の使い方をご案内します。音声に従って操作するだけで、安否の登録・確認ができます。

- 対応機種：Android2.2以上のスマートフォン
- ご利用には、「災害用キット」アプリのダウンロード（パケット通信料有料）が必要です。

音声ガイダンス
安否登録を行います。現在の状況をタッチしてください。

※ご利用にあたってはアプリ一覧より「災害用キット」アプリを起動し、「災害用伝言板（簡易版）」を選択してください。

「災害用伝言板」を体験できます

メッセージの登録・確認を体験できます。体験サービスを機会に、災害時の連絡手段やご利用方法について、ご家族や友人の方達と話し合っておくことをおすすめしています。

※実際に災害が発生した場合は体験利用ができない場合があります。

- 毎月「1日」「15日」
  （午前0時～午後11時59分）
- 正月三が日
  （1月1日正午～1月3日午後11時）
- 防災週間
- 防災とボランティア週間

ｉモードケータイをご利用の場合 Menu▶お知らせ▶災害用伝言板▶体験サービスのご案内▶体験サービスへ

スマートフォン（spモード）をご利用の場合＊ dメニュー▶サービス一覧▶災害用伝言板

＊SC-01B、T-01Aをご利用の場合は、ドコモサイトよりご利用になれます。BlackBerry®をご利用の場合は、「docomo service portal」よりご利用になれます（別途インストールが必要です）。

役立つ活用法 ❶

「登録お知らせメール」

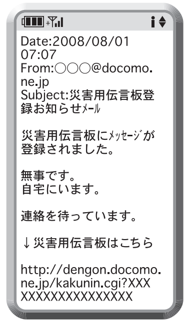
ご自身が被災された場合に、伝言板に登録した安否を「ファミリー割引」グループ内のご家族にメールで通知します。それ以外の方にも事前にメールアドレスを設定した最大5件の宛先までお知らせできます。

伝言板登録状況をメールで通知できる

ファミ割メンバーに伝えられる（事前設定不要）

事前に設定した方※最大5件の宛先まで伝えられる

※他社のケータイやパソコンのアドレスも設定できます。



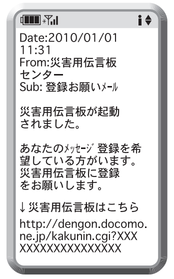
ｉモードケータイをご利用の場合 Menu▶お知らせ▶災害用伝言板▶登録お知らせメール設定はこちら

スマートフォンをご利用の場合 dメニュー▶お客さまサポート▶各種設定▶災害用伝言板登録お知らせメール設定

役立つ活用法 ❷

「登録お願いメール」

被災地にいるご家族や友人の安否の確認をする時に、メッセージが登録されておらず、安否が確認できなかった場合は、メッセージの登録を被災地のご家族や友人宛にメールで依頼できます。



木暮さんからワンポイント

災害用伝言板は通話よりもつながりやすいのが特長。**安否を確認するだけであれば、なるべく災害用伝言板を使用し、緊急の通話を必要とする人たちが優先的に使えるようにしましょう。**電話番号で検索できるので、家族以外の友人知人も電話番号さえわかれば安否を確認できるのもポイントです。ドコモ以外のケータイを使っている友人、知人の確認も可能です。

「災害用伝言板」の使い方

iモードケータイをご利用の場合

●対応機種：iモード対応機種

iメニューの「災害用伝言板」を選択してください。

●自分の安否を登録する

メッセージ登録 Menu▶災害用伝言板▶**安否の登録**

●家族や友人の安否を確認する

メッセージ確認 Menu▶災害用伝言板▶**安否の確認**

スマートフォンをご利用の場合

●対応機種：スマートフォン（spモード）対応機種

※dメニュー／ドコモサイトへのアクセスにはパケット通信料がかかります。

dメニュー／ドコモサイトの「災害用伝言板」を選択してください。

●自分の安否を登録する

メッセージ登録 dメニュー＊▶災害用伝言板▶**安否の登録**

●家族や友人の安否を確認する

メッセージ確認 dメニュー＊▶災害用伝言板▶**安否の確認**

＊SC-01B、T-01Aをご利用のお客さまは、ドコモサイトよりご利用になれます。BlackBerry®をご利用のお客さまは「docomo service portal」よりご利用になれます（別途インストールが必要です）。

<ファミリー割引メンバー> の利用方法

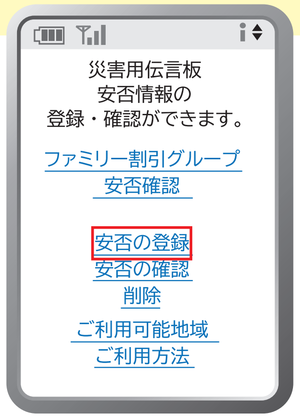
※画面はiモードケータイでのご利用イメージです。スマートフォンでのご利用の場合、若干イメージが異なります。
※詳しくは、「ドコモのホームページ」でご確認ください。

メッセージの登録方法

1

「安否の登録」を選択。メッセージは最大10件まで登録可能。

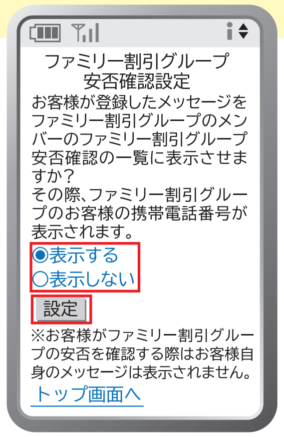
※10件を超えた場合は古い順に上書き保存されます。



2 初回のみ

初回登録時のみ、登録メッセージをグループメンバーのケータイに表示させるかどうかを選択し、設定。

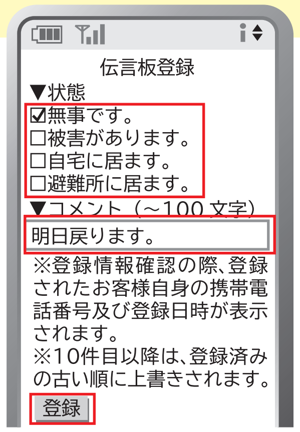
※登録した内容をあとから変更することもできます。



3

現在の状態について「無事です。」などの4つの中から選択し、任意で100文字以内のコメントを入力。

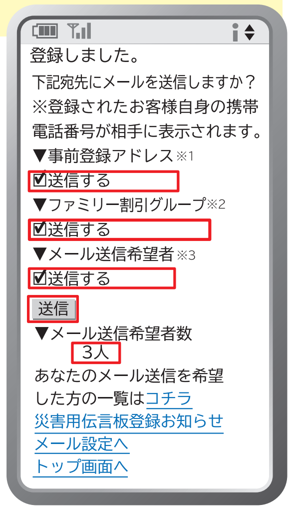
※状態を選ばずにコメントのみのご利用も可能です。また、状態を複数選択してのご利用も可能です。



4

初期設定では、すべての「送信する」にチェックされています。

※メッセージは1つの災害でのサービスを終了するまで保存され、10件登録することが可能です。10件を超えた場合は古いものから順次上書きされます。
※1：事前に送信先メールアドレスを設定している場合に表示されます。
※2：iモード契約のあるファミリー割引グループメンバーがいる場合に表示されます。
※3：「登録お願いメール」を受信した場合に表示されます。

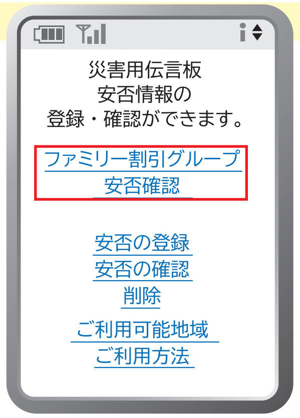


メッセージの確認方法

1

「ファミリー割引グループ安否確認」を選択。

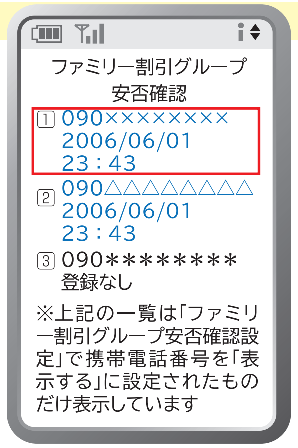
※グループメンバー以外の方のメッセージを確認する場合は「安否の確認」を選択します。



2

確認したい人の番号を選択。

※確認する場合の一覧に電話番号を表示するかどうかは、安否情報を登録する人が、登録時に設定することが可能です。



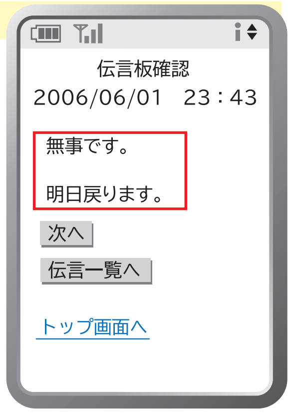
3

確認したい情報を選択。

※最新情報が一番上に表示されます。

4

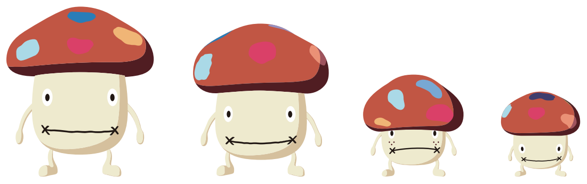
安否情報を確認できます。



※PHSやパソコンなどからもメッセージをご確認いただけます。（日本語版）http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi（英語版）http://dengon.docomo.ne.jp/Etop.cgi※伝言板はサービス期間中のみアクセス可能となります。それ以外の期間はご利用いただけませんのでご了承ください。※他携帯電話事業者の災害用伝言板へのアクセスはこちら（au）http://dengon.ezweb.ne.jp/、（ソフトバンクモバイル）http://dengon.softbank.ne.jp/、（ウィルコム）http://dengon.willcom-inc.com※検索により、メッセージが見つからない場合、他携帯電話事業者の災害用伝言板へのリンク選択画面が表示されます。※画面表示は機種により文字の太さ、大きさ等が異なります。また、表現や一部内容は変更される場合があります。

④災害用音声お届けサービスを 利用しよう

NEW



災害用音声お届けサービスでできること

お申込み不要　¥無料　パケット◆通信料無料

電話番号を入力して音声でメッセージを送信できる

災害時に音声通話がつながりにくい時でも、パケット通信を利用して音声でメッセージを送ることができます。
安否を伝えたい人の携帯電話番号を入力すると音声を録音できます。

使い慣れた音声通話に近づけた簡単な操作で使えます。

iモードケータイをご利用の場合	Menuボタン ▶ 電話機能 ▶ 災害用音声お届けサービス

●対応機種：2011年11月以降に発売の機種　※詳しくは「ドコモのホームページ」でご確認ください。

スマートフォンをご利用の場合	dメニュー ▶ サービス一覧 ▶ 災害用音声お届けサービス

●対応機種：Android2.2以上のスマートフォン
●ご利用には、「災害用キット」アプリのダウンロード（パケット通信料有料）が必要です。
※ご利用にあたってはアプリ一覧より「災害用キット」アプリを起動し、「災害用音声お届けサービス」を選択してください。
◆spモードご契約で海外でご利用になる場合、mopera U契約の場合は有料となります。

30秒のメッセージが20件保存できる

最大30秒のメッセージを20件まで、
10日間保存可能です。

※20件を超えるメッセージは古いものから順次上書きされます。
保存期間経過後は削除されます。

最大30秒間
音声メッセージを
録音できます。

SMSで再生をお知らせ

音声メッセージが届いた時、送ったメッセージが再生された時には、SMSでお知らせします。
圏外・電源OFF時などで録音通知SMSを受信できなかった場合でも、保存期間内であれば、通信可能な状態になった際に一括受信できます。

※「災害用音声お届けサービス」は、サービス提供期間中のみご利用になれます。
※海外でのご利用時は音声メッセージ受信のみご利用になれます。
※ネットワークの混雑状況によっては、音声メッセージ到着までに時間がかかる場合や音声メッセージを録音できない場合があります。その際は画面の表示内容に沿って音声メッセージを録音し直してください。
※音声メッセージ受信者が「SMS拒否機能」などの一定のサービスを利用している場合、音声メッセージを録音することができません。
※音声メッセージ送信者がリミット機能付き料金プランをご利用で、mopera U契約の場合、上限額到達後の音声メッセージ録音はできません。

「災害用音声お届けサービス」を体験できます

「災害用音声お届けサービス」を体験できます。体験サービスを機会に、災害時の連絡手段やご利用方法について、ご家族や友人の方達と話し合っておくことをおすすめしています。※実際に災害が発生した場合は体験利用ができない場合があります。

●毎月「1日」「15日」
（午前0時～午後11時59分）
●正月三が日
（1月1日正午～1月3日午後11時）
●防災週間
●防災とボランティア週間

iモードケータイをご利用の場合	Menuボタン ▶ 電話機能 ▶ 災害用音声お届けサービス

●対応機種：2011年11月以降に発売の機種　※詳しくは「ドコモのホームページ」でご確認ください。

スマートフォンをご利用の場合	dメニュー ▶ サービス一覧 ▶ 災害用音声お届けサービス

●対応機種：Android2.2以上のスマートフォン
●ご利用には、「災害用キット」アプリのダウンロード（パケット通信料有料）が必要です。
※ご利用にあたってはアプリ一覧より「災害用キット」アプリを起動し、「災害用音声お届けサービス」を選択してください。

木暮さんからワンポイント

携帯電話・PHS事業者6社が共同で開発した、注目すべき新しいサービスです。**音声がそのまま送れるので、お子さんや高齢の方にもカンタン。声を届けるというケータイの基本機能が生かされたサービスです。**

「災害用音声お届けサービス」の使い方

<スマートフォンでご利用いただく場合>

メッセージの送信方法

1 災害用キットを選択

2 災害用音声お届けサービスを選択

3 送るを選択

4 電話番号を入力し決定を選択

5 サービス利用問い合わせ中

6 電話番号を確認し決定を選択

7 録音を選択

8 マイクに向かってお話ください。録音が終わったら完了を選択
※録音時間が30秒を超えた場合は自動的に⑨の録音完了画面に遷移します。

9 送るを選択

10 メッセージ送信中

11 メッセージ送信完了

メッセージの確認方法

1 受信を選択

2 再生を選択

3 確認メッセージ取得中選択

4 メッセージ取得後再生を開始

<iモードケータイでご利用いただく場合>

メッセージの送信方法

1 メニュー→電話機能より「災害用音声お届けサービス」を選択

2 利用許諾画面をご確認後、ご利用になる場合「はい」を選択※はい（以降非表示）を選択いただくと以降ご利用の際に本画面は表示されなくなります。

3 相手先電話番号入力後、決定キー押下後「次へ」を選択

4 サービス利用可否確認中画面

5 「次へ」を選択

6 「録音」を選択

7 ガイダンスに続けて「ピー」という発信音のあとメッセージ録音開始

8 メッセージ録音後「完了」を押下でメッセージ送信開始※終話キー押下でも録音を終了します。※メッセージの録音が30秒を超えた場合は自動で送信画面に遷移します。

9 メッセージ送信中

10 メッセージの送信が完了です

メッセージの確認方法

1 受信したSMSの「URLリンク」を選択

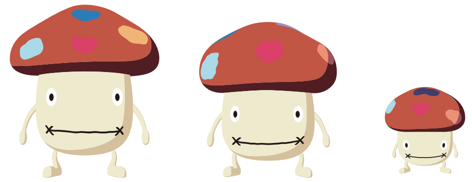
2 「再生」を選択

3 メッセージのダウンロード中

4 メッセージのダウンロード後、メッセージを再生

5 ダウンロードしたメッセージを保存する場合は「保存」を選択

※画面表示は機種により文字の太さ、大きさ等が異なります。
また、表現や一部内容は変更される場合があります。



5 緊急速報「エリアメール」を設定しよう

緊急速報「エリアメール」でできること

専用着信音を聞いたらすぐに身の安全の確保を！

緊急の災害情報を一斉配信

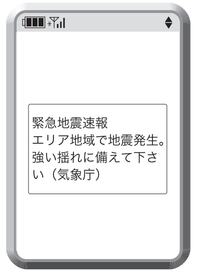
対応機種で緊急地震速報や災害・避難情報を通信料無料で受信できます。

- ●受信時は専用着信音とポップアップ表示でお知らせ。
- ●対象機種:905iシリーズ、705iシリーズ、らくらくホン プレミアム以降に発売された機種（一部機種を除く）
- ●機種によっては事前に受信設定する必要があります。

エリアメールはメールアドレスの登録不要！

エリアメール対応機種なら、メールアドレスを登録しなくても、緊急速報が配信されたエリア内において、エリアメールを受け取れるので、外出先や旅行先でも緊急情報が入手できます！

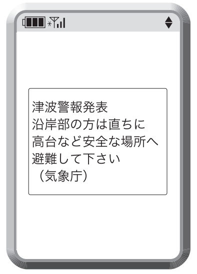
「緊急地震速報」



気象庁が配信する「緊急地震速報」を利用して最大震度5弱以上と推定した地震の際に、強い揺れ(震度4以上)が想定されるエリアのケータイで受信できます。**今いる場所にあわせて、全国約200のエリアに分けてきめ細やかに情報を配信！**都道府県単位の広範囲ではないため、より正確なエリアの情報を配信できます。

※「エリアメール」による緊急地震速報であっても、地震などの揺れを感じるより早く必ず受信できるとは限りません。また、揺れがこなくても受信してから1分程度は身を守るなど警戒してください。
※緊急地震速報を受信しても、実際には地震の揺れを感じない場合もあります。

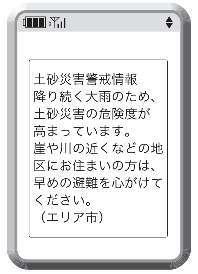
「津波警報」 NEW



気象庁が発表する「津波警報」をドコモのケータイで受信できます。津波警報は1m程度以上の高さの津波が予想され、これより災害のおそれがある地域で受信できます。

※津波注意報は配信されません。
※津波警報が発表された時は、直ちに海岸から離れ、高台や頑丈な高いビルなど安全な場所に避難してください。

「災害・避難情報」



国・地方公共団体より配信される自然災害の情報や、それに伴う避難情報など、住民の安全に関わる様々な情報を受信できます。**2012年2月1日現在で約860の自治体が「災害・避難情報」の配信を開始。**

※エリアメール(災害・避難情報)の配信を開始した自治体や対応機種、注意事項などについては、「ドコモのホームページ」をご確認ください。

iモードケータイをご利用の場合

設定方法

1. 緊急速報「エリアメール」設定
   メール ▼ 緊急速報「エリアメール」設定
2. 「受信設定」を選択
   緊急速報「エリアメール」設定
   1. 受信設定
   2. ブザー鳴動設定
   3. マナー/公共モード時設定
   4. 着信音確認
   5. その他
3. 注意事項を確認のうえ、「利用する」を選択
   受信設定
   ご注意
   （必ずお読み下さい）
   エリアメールはドコモが提供する電気通信サービスの…
   メール機能を利用しますか？
   利用する
   利用しない

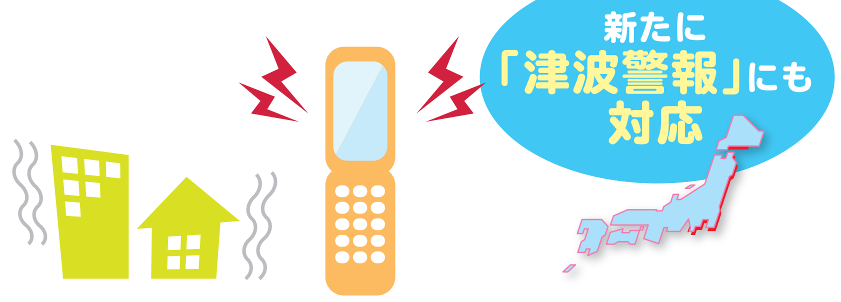
お知らせの方法を設定

1. 緊急速報「エリアメール」設定
   メール ▼ 緊急速報「エリアメール」設定
2. 「マナー/公共モード時設定」を選択
   緊急速報「エリアメール」設定
   1. 受信設定
   2. ブザー鳴動設定
   3. マナー/公共モード時設定
   4. 着信音確認
   5. その他
3. どちらかの設定を選択
   マナー/公共モード時設定
   1. マナー/公共モード時でも鳴動
   2. 各モードに従う

スマートフォンをご利用の場合

受信設定と着信音設定

1. アプリケーションメニュー
2. 各項目を設定
   受信設定
   エリアメールを受信する
   着信音
   鳴動時間、マナーモード時の動作を設定します
   受信画面および着信音
   緊急地震速報、災害・避難情報の受信動作を確認します
   その他の設定



※通話中、iモードなどのパケット通信中、電波状況の悪い場所では「エリアメール」を受信することはできません。※マナーモードや公共(ドライブ)モード設定中でも一部の対応機種では「エリアメール」の専用着信音を鳴動させて緊急情報の着信をお知らせします。※お客様がいらっしゃるエリアと異なるエリアに関する情報を受信する場合があります。※「エリアメール」はiモード／spモードのご契約や受信のお申し込みをすることなくご利用になれます。※対応機種については、「ドコモのホームページ」をご確認ください。

木暮さんからワンポイント

緊急速報「エリアメール」は、**気象庁が配信する緊急地震速報をお知らせするだけでなく、全国の各地方公共団体から、台風や土砂崩れなど自然災害の情報や、避難情報もお知らせしてくれます。**幅広い災害に対応しているのが特長です。全国的にも、配信を行う自治体が増えているので、設定しておけば安心ですね。

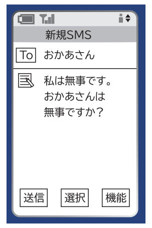
❻SMS、SNSを活用しよう

電話番号をあて先に送ることができるSMS（ショートメッセージサービス）は有効な連絡手段です。また、SNS（ソーシャルネットワークサービス）も連絡手段として役立ちます。家族みんなが使えるように普段から慣れておきましょう。

使ってみよう①

SMS（ショートメッセージサービス）を使ってみよう

メールアドレスを知らなくても、電話番号が分かれば送ることができます。大切な連絡手段の一つですので、まずは家族に送ってみましょう。



使ってみよう②

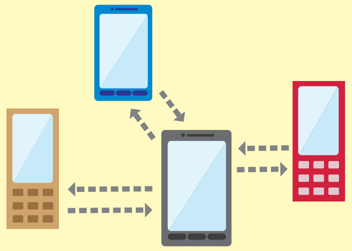
SNS（ソーシャルネットワークサービス）でメッセージを送ってみよう

TwitterやmixiのようなSNS（ソーシャルネットワークサービス）は、サイトを通じてコミュニケーションができるサービスです。情報交換や安否確認の手段として活用できます。

NEW ドコモでは災害時のGoogle、Twitterとの連携に取り組むことになりました。災害時にGoogleの安否確認システム「パーソンファインダー」の情報を、ドコモの災害用伝言板から確認可能に。また、災害時に「dメニュー」「iMenu」のトップページに公共機関と報道機関のTwitterアカウントを一覧表示することで、関連情報を収集しやすいようにしていく予定です。

木暮さんからワンポイント

SMSもSNSも日ごろから使い慣れておくことが大切です。スマートフォンどうしなら、情報交換の方法も多くなります。**災害時にはSMSの受信拒否設定は解除しておきましょう。**



❼ブックマーク機能を活用しよう

情報収集する際にインターネットは重要な手段のひとつです。役立つサイトをあらかじめブックマークに保存しておくことがおすすめです。

使ってみよう

役立つサイトはブックマークに登録しよう

あらかじめ、災害時に情報が得られるサイトをブックマークに保存しておけば、いざというときに探す手間が省け、あわてずに情報を得ることができます。日ごろから使い慣れておきましょう。

保存しておけば役立つウェブサイトの例

- □ 自治体
- □ 気象情報
- □ ニュース
- □ 地図情報
- □ 交通情報
- □ ライフラインの情報

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑩ 参照

役立つ活用法

役立つページは、画面メモ機能やスマートフォンの場合、画面保存ができるアプリを活用して記録しておくこともできます。

アプリ

画面メモ
●情報料：月額無料
●提　供：Fookie Monster

木暮さんからワンポイント

スマートフォンはFOMA、Xi*、Wi-Fiという複数のネットワークでコミュニケーションができるので、万が一のときに通信できる可能性が高くなります。もしものときは接続しやすい通信網を試してみましょう。

＊Xi対応機種は「ドコモのホームページ」でご確認ください。

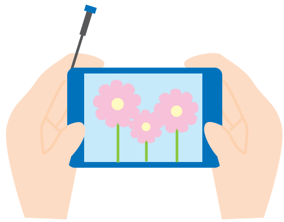
8 ワンセグ・ラジオで情報を収集しよう

災害が起きたときに、外出中で情報を得られない場所にいる場合、ケータイのワンセグ機能やラジオアプリが役立ちます。事前にしっかり設定、使い方に慣れておくことで、身近なケータイが情報収集の頼れるツールになります。

使ってみよう 1

ワンセグで情報収集しよう

ワンセグも情報収集のツールとして活躍します。**停電のためにテレビがみられない場合にも便利です。**ワンセグのチャンネルをきちんと設定、使い方も覚えておけば、いざというときにすぐに情報が得られます。



使ってみよう 2

ラジオで情報収集しよう

情報収集の手段の一つとして、ラジオが挙げられます。小型ラジオなどを持ち歩くのが一番ですが、**スマートフォンならアプリを利用してラジオを聴くことができます。**

アプリ

NHKネットラジオ らじる★らじる

ラジオ第1・ラジオ第2・FMの番組を、インターネットを通して放送と同時に提供。

●情報料：月額無料
●提　供：NHK (JAPAN BROADCASTING CORP.)

木暮さんからワンポイント

ワンセグ機能やラジオ機能がなくても、スマートフォンならさまざまなアプリでテレビやラジオの情報を得ることができます。自分に合ったアプリを見つけておくのも災害対策の一つです。

9 停電時でも使える充電器を準備しよう

ケータイで情報を収集しようと思ったときに、困るのが充電不足です。停電が長引くと充電ができなくなるため、必ず停電時に使える充電器は準備しておきましょう。充電器は“持ち歩き”が基本です。

停電時に備えよう

充電器を用意し、充電と持ち歩きを心がけよう

それぞれの携帯電話に合わせて、電池式充電器やソーラー充電器などを用意しましょう。**充電器は普段から充電しておくこと**が重要です。また、外出時こそ困る場面が多くなるので、**外出時にも常に持ち歩くように心がけましょう。**

いろいろある充電器を準備

FOMA ecoソーラーパネル 01

電源の無い場所でも太陽があれば充電できます。
・太陽光を利用して、約4～5時間でFOMAをフル充電。
・CO_2を出さずに気軽にeco参加。
・発電した電気を、FOMA 補助充電アダプタ01／02／03に蓄電可能。

FOMA ecoソーラーパネル 01
[ASI39002]

対応機種：FOMA 補助充電アダプタ01／02／03および903i／703iシリーズ以降のFOMA端末
※F-07C、L-01C、L-03C、L-04B、SA800i、ドコモ スマートフォンには対応しておりません。※FOMA ecoソーラーパネル 01は、晴天時の屋外や晴天時の屋内で日が十分に差し込む窓際でソーラー充電を行うことができます。曇天時、雨天時など日照量が不十分な場合は十分な充電ができません。機種・季節、日射条件・周辺温度などにより、大きく変動する場合があります。※卓上ホルダに接続して使用しないでください。詳しくは「ドコモのホームページ」でご確認ください。

FOMA 補助充電アダプタ 02／FOMA 補助充電アダプタ 03／ポケットチャージャー 01

リチウムイオン電池を内蔵し、繰り返し充電ができる軽くて*1持ち運びが便利な充電アダプタです。

FOMA 補助充電アダプタ 02*2*3
3.7V 1800mAh
[ASA39053]

FOMA 補助充電アダプタ 03*4
3.7V 1800mAh
[ASA39066]

【スマートフォン専用】ポケットチャージャー 01*2
3.7V 2500mAh [ASA39079]

*1 02:96.5g／03:70.0g／ポケットチャージャー 01:75.0g。*2 BlackBerry Bold 9700、BlackBerry Bold 9780、F-07C、Optimus Padなど一部機種には対応しておりません。機種によってはFOMA本体の取扱説明書に記載されている指定のUSB接続ケーブル、USB変換アダプタが別途必要です。*3 GALAXY Tabは本体の充電残量が無くなった場合は充電できないのでご注意ください。*4 ドコモ スマートフォンなど一部機種には対応しておりません。※補助充電アダプタの充電には必ずFOMA ACアダプタを、ポケットチャージャーの充電には付属のUSBケーブルまたは取扱説明書記載の充電方法をご利用ください。卓上ホルダに接続して使用しないでください。※一部機種で満充電にならない機種があります。詳しくは、「ドコモのホームページ」でご確認ください。

DCアダプタ 03

車のシガーソケットでスマートフォンを充電するための共通DCアダプタです。(マイナスアース車専用)

【スマートフォン専用】
DCアダプタ 03
[AAK39000]

※対応機種など、詳しくは「ドコモのホームページ」でご確認ください。

●充電器はお近くのドコモショップでお買い求めください。●上記以外の充電器については、「ドコモのホームページ」でご確認ください。

木暮さんからワンポイント

停電時は電池の消耗を最小限に抑えたいものです。そのために次のような工夫をすることが大切です。

1. 通信を伴うアプリの使用は最小限にする。
2. アプリはバックグラウンドで複数動いているので、使わないアプリは終了させる。
3. バックライトを暗くするなど省電力設定にする。

ウラワザ！

ノートパソコンのバッテリーが残っていれば、購入時に同梱されているマイクロUSBケーブルでつなぐことにより、スマートフォンの充電に使用できることもあります。**車のシガーソケットから充電できる充電器を用意しておくのもおすすめです。充電のためには車のガソリンを満タンにしておくこともお忘れなく。**

10 役(やく)立(だ)つアプリ・iモードサイトを活用(かつよう)しよう

もしものときの情報収集にはスマートフォン用アプリやｉモードサイトも役立ちます。タイムリーな情報、必要なツールや知識を得る、情報交換ができるなど、使い方はさまざまです。

スマートフォン用アプリ

情報

気象・地震最新ニュース

地震、気象、台風や豪雨などに関する災害情報などの最新ニュースが見られます。

●情報料：月額無料
●提　供：毎日新聞社

ウェザーニュースタッチ

天気・台風・地震情報などを提供。地震・津波の注意報や警報などもお知らせします。

●情報料：月額無料
●提　供：Weathernews Inc.

Ustream

世界中のライブ映像を提供。災害時にはテレビやラジオの音声もライブで視聴できます。

●情報料：月額無料
●提　供：Ustream.tv,Inc

情報

災害お役立ち情報

災害時に役に立つ情報サイトおよびAndroidアプリを掲載。

●情報料：月額無料
●提　供：oricon ME Inc.

地震災害ナビ

地震に関する情報をいち早く提供。応援掲示板もあります。

●情報料：月額無料
●提　供：YOURNET.Inc

交通・地図

NAVITIME

生活に密着した情報満載の地図アプリ。周辺情報や道案内、乗換案内サービスも。

●情報料：月額無料・月額315円(税込)
●提　供：NAVITIME JAPAN CO., LTD.

駅探☆乗換案内

乗り換え案内、時刻表、運行情報などを提供。直感で操作できるシンプルさが特徴。

●情報料：月額無料・一部月額210円(税込)
●提　供：Ekitan & Co., Ltd.

交通・地図

プレミアム・G-BOOK全力案内ナビ

スマホがオペレーターサービス対応の最先端カーナビ、徒歩ナビに。

●情報料：月額263円(税込)
●提　供：株式会社野村総合研究所

トラフィック情報

航空・鉄道の遅延・運休に加え、一般・高速道路の渋滞状況がチェックできます。

●情報料：月額無料
●提　供：Samurai International,LLC.

緊急時

イマドコ送信

今どこにいるのかを、簡単にメール送信。災害時の安否確認、救難信号発信にも役立ちます。

●情報料：月額無料
●提　供：MROKUMA

SOS

災害時の緊急位置情報送信アプリ。緊急ナースコールやお子様の防犯ブザー代わりにも。

●情報料：月額無料
●提　供：Manabu Kayamoto

緊急時

災害ナビ「.Me」

地震速報の通知や安否情報、便利機能を総合的に提供。

●情報料：月額無料
●提　供：netkids

コンビニまっぷ

全国のコンビニエンスストアを地図上で探すことができます。

●情報料：月額無料
●提　供：Atlas Co.,LTD.

救命・応急手当の基礎知識

症状別、けが・事故の応急手当、心肺蘇生法、止血法などの基礎知識を提供。

●情報料：月額無料
●提　供：株式会社C2

ライト

暗闇で携帯をライト代わりに使えます。画面の色や明るさの設定も簡単。

●情報料：月額無料
●提　供：Tomoya YAMAMOTO

緊急時

フラッシュライト-Tiny Flashlight®

カメラLEDを懐中電灯として使えるライトアプリ。

●情報料：月額無料
●提　供：Nikolay Ananiev

COMPASS

現在地の位置情報を記録できる、電子コンパスアプリ。

●情報料：月額無料
●提　供：Catch.com

コミュニケーション

Twitter

コミュニケーション・サービス「Twitter」の公式アプリ。災害時の情報収集にも役立ちます。

●情報料：月額無料
●提　供：Twitter,Inc.

mixi

近況を共有して、仲の良い友人とのコミュニケーションを楽しめるSNS。

●情報料：月額無料
●提　供：mixi, Inc.

バックアップ

Evernote

写真、音声、メモなどをスマートフォンとコンピュータで同期できます。

●情報料：月額無料
●提　供：Evernote Corp.

※各サービス・アプリケーションは対応機種でのみご利用になれます。※別途パケット通信料がかかります。またアプリケーションによっては自動的にパケット通信を行う場合がございます。※パケット通信料が高額になりますので、「パケ・ホーダイ フラット」などのパケット定額サービスへのご加入をおすすめします。※アプリケーションによっては、一部有料のアプリケーションが含まれる場合がございます。※「dメニュー」からリンクしているWebサイト、または、そこから取得された情報によって生じたいかなる損害についても、ドコモは責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。※アプリケーションは上記各社が提供しております。※各アプリケーションの対応機種、ご利用条件など詳しくは各アプリケーション提供元のサイトでご確認ください。※各アプリケーションは予告なく終了する場合または内容が変更になる場合がございます。※各アプリケーションの動作内容、使用目的への整合性、信頼性などについては、ドコモは責任を負いかねますので、あらかじめご了承ください。※「Android」はGoogle Inc.の商標または登録商標です。

iモードサイト

情報

道新・道スポ＋

●情報料：月額300円(税込)
●提供：北海道新聞社

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶天気/ニュース/ビジネス▶道新&道スポ

釧路新聞

●情報料：月額無料
●提供：釧路新聞社

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶天気/ニュース/ビジネス▶釧路新聞

十勝毎日新聞

●情報料：月額315円(税込)
●提供：十勝毎日新聞社

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶天気/ニュース/ビジネス▶十勝毎日新聞

情報

朝日・日刊スポーツ

●情報料：月額105円(税込)
●提供：朝日新聞社

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶天気/ニュース/ビジネス▶朝日・日刊スポーツ

苫小牧民報

●情報料：月額無料
●提供：苫小牧民報社

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶天気/ニュース/ビジネス▶苫小牧民報

乗換・地図・交通

駅探乗換案内

●情報料：月額210円(税込)
●提供：駅探

Menu▶メニューリスト▶乗換/地図/交通▶乗換案内▶駅探乗換案内

AD乗換案内

●情報料：月額無料
●提供：ジョルダン

Menu▶メニューリスト▶乗換/地図/交通▶乗換案内▶AD乗換案内

乗換・地図・交通

地図マピオン

●情報料：月額315円(税込)
●提供：マピオン

Menu▶メニューリスト▶乗換/地図/交通▶地図・ナビゲーション▶地図マピオン

iMapFan地図ナビ交通

●情報料：月額315円(税込)
●提供：インクリメント・ピー

Menu▶メニューリスト▶乗換/地図/交通▶地図・ナビゲーション▶iMapFan地図ナビ交通

NAVITIME

●情報料：月額無料・210円(税込)・315円(税込)
●提供：ナビタイムジャパン

Menu▶メニューリスト▶乗換/地図/交通▶地図・ナビゲーション▶NAVITIME

地域情報

札幌市総合情報

●情報料：月額無料
●提供：札幌市

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶タウン情報/行政▶札幌市総合情報

地域情報

北海道防災情報

●情報料：月額無料
●提供：北海道

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶タウン情報/行政▶北海道防災情報

北海道警察

●情報料：月額無料
●提供：北海道警察

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶タウン情報/行政▶北海道警察

北海道開発局

●情報料：月額無料
●提供：国土交通省 北海道開発局

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶タウン情報/行政▶北海道開発局

北海道電力

●情報料：月額無料
●提供：北海道電力株式会社

Menu▶メニューリスト▶北海道メニュー▶タウン情報/行政▶ほくでんモバイル

他にも各県地方紙や各県テレビ放送局、ラジオ放送局サイト、各地の行政サイトなどもあります。

木暮さんからワンポイント

スマートフォンどうしならアプリを利用できるので、TwitterやmixiなどのSNS、複数のコミュニケーション手段が使えます。連絡手段を確保しやすいともいえます。ツール系アプリは災害時に役立つものが多いので活用しましょう。

アプリ活用　こんなところに注意！

1 アプリの利用は自己責任！
パソコンと同じで、中には悪意のあるアプリがあります。他ユーザーのアプリ評価などを参考にするのが良いでしょう。

2 セキュリティソフトを活用！
個人情報満載のスマートフォンを、無防備な状態で利用するのはオススメできません。各種セキュリティソフトを有効に活用しましょう。

3 dマーケットなら安心！
アプリのダウンロードは、ドコモが提供するdマーケットからも可能です。dマーケットのアプリはドコモが厳選した安心して利用できるものばかり！

4 起動中のアプリをこまめに終了！
アプリの使用後、ホーム画面に戻った段階でアプリが終了していると思っている方が多いと思いますが、それではアプリが待機状態になったままです。待機状態のアプリが多いと、動作が遅くなったり、バッテリーの浪費のもと。ホームボタンを長押しし、使っていないものを完全に終了させましょう。

万が一のあんしんサポート

スマートフォン/タブレット対応（別途、spモードご契約が必要なサービス）　スマートフォン/タブレット対応（spモードご契約が必要ないサービス）※別途インターネット接続サービスのご契約が必要な場合があります。　iモードケータイ対応（別途、iモードご契約が必要なサービス）　iモードケータイ対応（iモードご契約が必要ないサービス）

もしものときにはサポートサービスを利用しよう

トラブル時のケータイ補償や、なくした場合に代わりのケータイをお届けし、遠隔操作でロックするなど、もしものときのためのサポートです。

おまかせロック

おまかせロック

予定　お申込み 不要　事前設定 不要　¥ 有料

ドコモにご連絡いただくだけで端末に遠隔操作でロックをかけることができます。

●iモードケータイでは、電話帳などの個人データ、ケータイのボタン操作やICカード機能をロックします。

ドコモプレミアクラブ会員なら**無料*** *ドコモプレミアクラブ未入会の方は
パソコン（My docomo） 315円／回
ドコモショップ ドコモ インフォメーションセンター 525円／回

NEW **Android™スマートフォン向け おまかせロック** 2012年3月提供開始

●スマートフォンでは画面とおサイフケータイの機能をロックします。

ご注意

●スマートフォン向けおまかせロックは、おサイフケータイロックのほかは、パスワード付き画面ロックを行うサービスであり、iモードケータイ向けおまかせロックとは、サービス内容やセキュリティ（ロック強度も含みます）等に差異があります。

●また、スマートフォン内のアプリの動作を制限するものではありませんので、アプリによってはロック中であっても自動的にパケット通信を行う場合があります。

電源OFFや圏外でロックがかからなくても、1年以内に通信可能な状態になると自動的にロックします。

ドコモへ電話

0120-524-360　受付時間：24時間（年中無休）

または ご自身でロック!

My docomo **http://www.mydocomo.com/**

※My docomoのご利用には「docomo ID/パスワード」が必要です。

ケータイ補償 お届けサービス

お申込み 必要　事前設定 不要　¥ 有料

事前にお申し込みいただくだけであらゆるトラブル*1にお電話1本で、交換電話機（リフレッシュ品）*2を直接お届けします。

月額料金*4 294円*4もしくは 399円*4
サービス利用時 お客さまご負担金*5 1回目 5,250円／回 2回目 8,400円／回

「ケータイ補償 お届けサービスセンター」

0120-210-360

受付時間 午前9:00～午後8:00（年中無休）

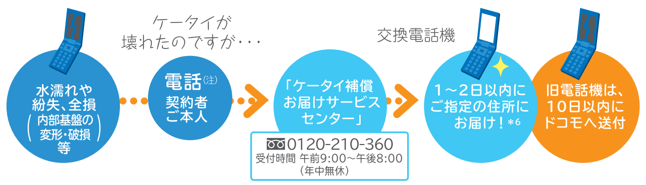
ご加入条件

●ドコモプレミアクラブ・ドコモビジネスプレミアクラブ会員であること

●FOMA、Xi対応機種*3の購入日を含め14日以内にお申込みになること

●お申込みの電話機がすでにトラブルにあっていないこと

※サービスご利用時にドコモUIMカード（FOMAカード）を再発行される場合、別途カード発行手数料3,150円がかかります。再発行されたドコモUIMカード（FOMAカード）・ドコモminiUIMカードは交換電話機と一緒にお送りいたします。



（注）トラブルに遭われた日から30日以内にご連絡ください。盗難、紛失の際は利用中断、警察に届出のうえ、ご連絡願います。（警察にお届けの際の受理番号、受付担当者、届出警察署名、日時などを確認させていただく場合があります。）

●対応機種：FOMA、Xi（※一部の機種を除く）

2011年1月31日までにご加入の方は

2011年2月1日以降に補償対象電話機を変更されるまでは旧料金（月額料金315円、お客さまご負担金5,250円／回）にてご利用になれます。ただし、旧料金によるサービスの提供は2014年3月31日をもって終了させていただき、当該終了時点で旧料金にて本サービスをご利用されているお客さまにつきましては、当該終了時点において定める本サービスのご利用料金での提供条件に自動移行させていただく予定です。

トラブルに備えよう

ICカードロック／おサイフケータイ ロック設定

お申込み 不要　事前設定 必要　¥ 無料

暗証番号を入力することでおサイフケータイの機能を停止させます。　●対象機種：おサイフケータイ対応機種（一部機種を除く）

ロックするにはあらかじめ設定してください。

iモードケータイから設定	MENUボタン▶設定▶[セキュリティ／ロック]
スマートフォンから設定	「おサイフケータイ」アプリ▶Menu▶おサイフケータイ　ロック設定

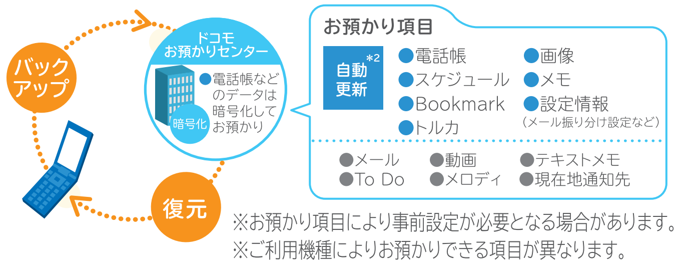
※操作方法は機種により異なります。

事前にデータをバックアップしておこう

ケータイデータお預かりサービス　ケータイデータお預かり

iモードケータイの方

お申込み 必要　事前設定 不要　¥ 有料



※お預かり項目により事前設定が必要となる場合があります。
※ご利用機種によりお預かりできる項目が異なります。

●対象機種：「ドコモのホームページ」をご覧ください。

「お預かりプラス」 お預かりプラス
月額105円プラスでさらに便利！

「ケータイデータお預かりサービス」とあわせてお申込みいただくと、画像・動画・メロディを2GBまでお預かり！

画像・動画・メロディを 2GBまで お預かり！

初回お申込みから月額使用料 30日間**無料***

*お客さまより当サービス解約のお申出がない場合、無料期間終了後は有料となります。

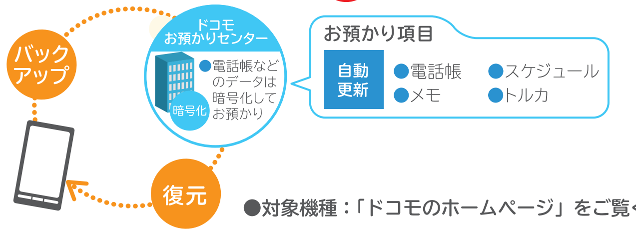
※「お預かりプラス」をご利用いただくには「ケータイデータお預かりサービス」のご契約が必要です。

月額使用料 105円
初回お申込みから月額使用料 30日間**無料***1

*1 お客さまより当サービス解約のお申出がない場合、無料期間終了後は有料となります。
*2 一部自動更新対象外の項目があります。

スマートフォンの方　NEW 2012年3月提供開始

お申込み 必要　事前設定 不要　¥ 無料



●ケータイデータお預かりサービス非対応のスマートフォンをご利用のお客様は「電話帳バックアップ」をご利用ください。

●電話帳バックアップのサービス内容、対応機種の詳細は「ドコモのホームページ」をご覧ください。

●対象機種：「ドコモのホームページ」をご覧ください。

[おまかせロック]※解約・電話番号変更を行った場合や紛失時などで新しいドコモUIMカード（FOMAカード）・ドコモminiUIMカードの発行（番号指定ロックの場合のみ）を行った場合は1年以内であっても自動的にロックはかかりません。※携帯電話の圏外・電源OFF時、海外での使用時はロックおよびロック解除はできません。その他アプリのバージョンアップを実施していないなど、お客さまのご利用方法により、ロックおよびロック解除できない場合があります。なお、スマートフォンにおいては画面ロックがかからなかった場合でも、おサイフケータイロックがかかった場合は「ロック成功」となり、課金されます。※ロックがかかっている携帯電話を譲り受けた方などからロック解除のお申出があった場合、譲り受けた方などへ所定の確認を行ったうえで、ロックを解除する場合があります。※ロックの際はご利用のおサイフケータイ対応サービス提供者にもあわせてご連絡ください。

[ケータイ補償 お届けサービス]*1トラブルの種類によっては、一部対象外となるものがあります。詳しくは、「ケータイ補償　お届けサービス」利用規約をご確認ください。*2リフレッシュ品とは、お客さまより回収した電話機に故障修理・外側カバーの交換・品質の確認を行った上で、新品同様の状態に初期化した電話機です。原則、同一機種・同一カラーとしますが、在庫不足などにより困難な場合は別途当社が指定する機種およびカラーとします。*3ドコモまたはドコモの販売代理店以外の方から譲渡・貸与、または拾得された電話機は対象外となります。*4新たに発売される携帯電話の機能や価格などにより、随時新たな月額料金の設定をさせていただく場合があります。なお、月額料金およびお客さまご負担金は各種割引サービスご利用の対象外となります（FOMA、Xiサービスなどのご利用金額とあわせてご請求させていただきます）。*5本サービスのご利用（補償申込み）をされた日を起算日として1年に2回までご利用可能です。本サービスのご利用（補償申込み）をされた日を起算日として過去1年間に補償のご利用がない場合に限り、「1回目」のお客さまご負担金が適用されます。なお、サービスを一度解約し、次回の機種変更時に再加入された場合、補償電話機の変更、ご利用料金の変更、FOMA契約とXi契約の間で契約変更された場合も、起算日および補償回数はリセットされません。*6一部地域、受付時間によっては1～2日以内にお届けできない場合があります。

※紛失・盗難を理由とされた本サービスの利用の場合、端末ロックなどにより電話機の利用を制限することがあります。※旧電話機をご送付いただけない場合などは、違約金として42,000円をお支払いいただきます。なお、紛失・盗難の場合は、旧電話機が発見され次第ご送付ください。

[ケータイデータお預かりサービス]●iモードケータイの方※データの更新（自動更新含む）やお預かりセンターへのバックアップ・ケータイへの復元には送受信データ量に応じたパケット通信料がかかります。**●スマートフォンの方**※電話帳バックアップやiモードは同時にご利用になれません。※ケータイデータお預かりサービスをご利用いただくには、ドコモバックアップアプリのバージョンアップが必要となる場合があります。※バックアップ可能なデータには制限があります。※データの更新（自動更新含む）やお預かりセンターへのバックアップ、スマートフォンへの復元には送受信データの量に応じたパケット通信料がかかります。※iモード版とは、提供条件、サービス内容などが異なります。

アフターサービスのご注意について、詳しくは「ドコモのホームページ」をご覧ください。

※商品写真および画面はイメージです。実物と若干異なる場合があります。※表記の金額は、特に記載のある場合を除き全て税込みです。

各サービス・対応機種について、詳しくは「ドコモのホームページ」でご確認ください。

「災害にひるまないネットワークを目指して」

どんなときでも、安心安全を守るために機能するという
ケータイの使命を具現化するために、
私たちドコモは災害対策の強化に全力で取り組んできました。
災害時にこそ、ケータイで「あんしん」をご提供するために。
これまでも、そしてこれからも、たゆまぬ努力を続けてまいります。

東日本大震災を教訓として、ドコモは新たな災害対策に取り組みました。

❶ 災害に備えたネットワークをつくる

地上施設が広範囲に
被害を受けるような場合でも影響を最小限に抑えるため
強い通信ネットワークを構築しました

❷ 迅速に復旧する

被災エリアの通信を早期に回復させるための
バックアップ体制を充実させました

❸ “災害時のあんしん”にもっと役立つサービスを

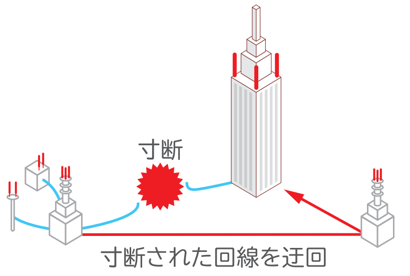
災害時に情報を伝える手段として、
より多くの方に使いやすいサービスを目指しました

❶ 災害に備えたネットワークをつくる

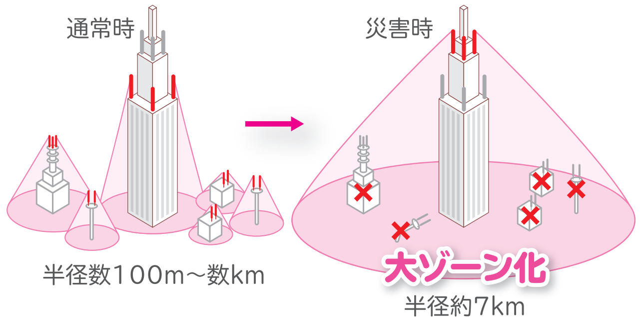
災害発生時に通信が集中し、ネットワークに影響が出た場合でも、119番などの緊急通報や、
災害復旧活動にあたる行政などの重要通信を確保することが必要です。
災害時でも影響を最小限に抑え、重要通信の確保は元より、少しでも多くのお客さまの
安否確認が行えるよう、災害に備えたネットワークの構築を進めています。

災害に強い設備とネットワークの構築

国の建築基準を上回る独自の厳しい基準に基づいて通信設備を建設しています。また、通信ネットワークが部分的にダメージを受けても通信自体が途絶したりしないよう、迂回可能な伝送路を確保しています。



さらに▶ 同一エリア内で複数の基地局が被災し、サービス停止してしまった場合に備え、1ヶ所で広いエリアをカバーできる新たな基地局を全国で104ヶ所設置しました。

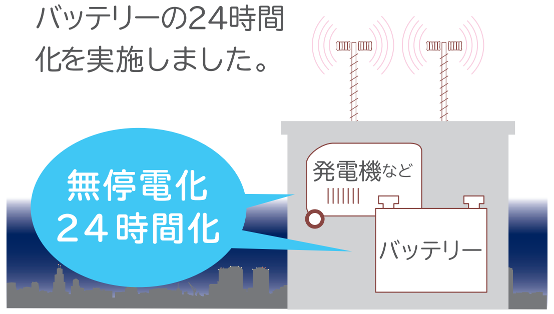


停電対策の強化

基地局や交換局が停電した時に備え、非常時の応急措置としてバッテリーや発電機を常備しています。

さらに

長期停電時でも復旧作業にあたる行政機関などの通信を確保するため、全国約1,900ヶ所の基地局に対し、発電機などによる無停電化またはバッテリーの24時間化を実施しました。



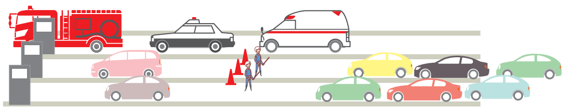
ネットワークのコントロール

災害発生時に通信混雑の影響が長期間、広範囲にわたってしまわないよう、ネットワークのコントロールを行い、重要通信の確保、お客さまの安否確認手段の提供ができるよう努めています。

災害発生時に通信が混雑

▼

コントロールを行い通信を確保



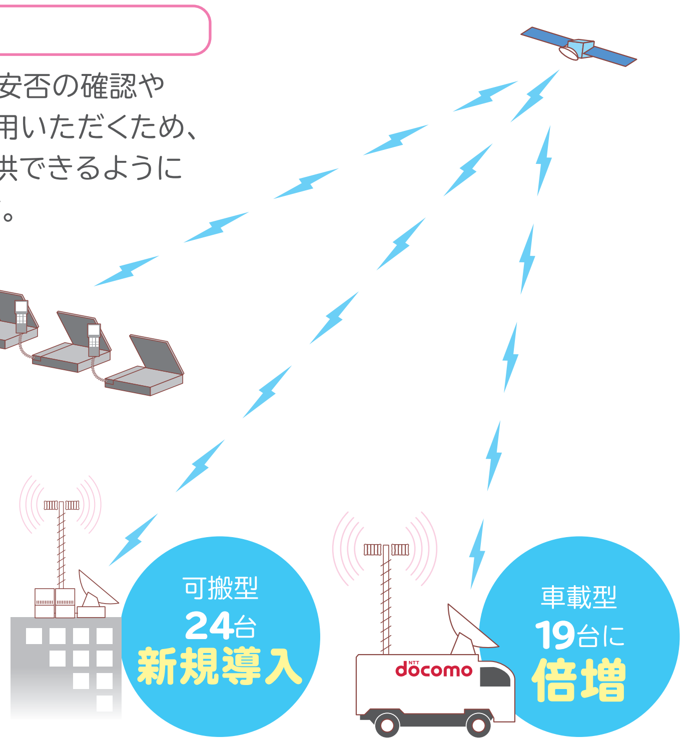
② 迅速に復旧する

被災地域の通信を一刻も早く回復させ、被災地の方々にあんしんをご提供するために。
地上の設備が被災して電波が途切れた場合でも通信可能な、
衛星を使った携帯電話や移動基地局などにより、通信の早期確保に努めています。

衛星携帯電話の配備を充実

被災地域の通信が途絶してしまっても、安否の確認や復旧活動拠点との連絡手段などにご利用いただくため、避難所などへ衛星携帯電話をすぐに提供できるように全国で3,000台の配備を進めています。

全国 **3,000台に 増強**



移動衛星基地局の配備を強化

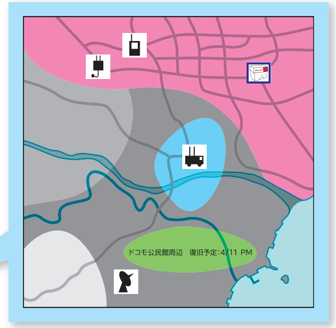
基地局などの通信設備が被害を受けても、被災地域の通信を確保することのできる移動基地局や可搬型設備を配備しています。

復旧エリアマップの提供

災害時に被災地支援・通信復旧状況がひとめでわかるエリアマップを提供。中断したエリアの復旧状況や、無料携帯電話サービスなどの提供場所を地図上でわかりやすく表示し、日々変わっていく状況をお知らせします。

さらに

より見やすく、使いやすく改善するとともに、マップ公開・更新のシステム処理時間を短縮し、より早く情報が提供できるようになりました。



復旧マップイメージ

③ "災害時のあんしん"にもっと役立つサービスを

いまや生活に欠かせないケータイは、
災害時の情報入手や連絡手段としても重要な存在。
だから災害時こそ、もっと使いやすく、もっと役立つサービスを提供します。

災害情報を知る

緊急速報「エリアメール」

気象庁が発信する緊急地震速報に加え、自治体が配信する災害・避難情報も配信しています。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ⑤ 参照

安否を確認する・伝える

災害用伝言板

災害時に行政などの通信を確保するために、一般の方々の通信を規制させていただくことがあります。

そこで

災害時に音声通話がつながりにくい状態となっても、専用のサイト上で文字による安否の登録や確認ができる、災害用伝言板をご用意しています。

多くの方により使いやすく

●災害用音声お届けサービス

回線が混雑して音声通話がつながりにくい状態でも、比較的つながりやすいパケット通信を利用して、「声のメッセージ」をお届け。操作も簡単で、文字入力などに不慣れな方におすすめです。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ④ 参照

●スマートフォン向け 災害用伝言板音声ガイダンス

災害用伝言板のスマートフォン操作を音声でガイダンス。スマートフォンの操作に慣れない方にも、より使いやすくなりました。

▶ STEP 2 ケータイで災害対策 ③ 参照